

2024年3月20日(水・祝) 特別プログラム

時間	スタジオ A	スタジオ B	リセルフ	
9:30	【定員 35名】 【映像】 Group Groove 9:40~10:10	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 9:15~10:00 吉田 静枝	【イベント情報】 3月20日(水・祝) 海の森水上競技場特設コースにて 2024 RUNFES開催!! 担当は佐藤優太・佐々木悠です。 ぜひ一緒に走りましょう☺ 詳細は別途ご確認ください。 	
10:00	【定員 35名】 バレエ~バーレッスン~ 10:30~11:00 鍋嶋 聡子	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10:15~11:00 吉田 静枝		
10:30	【定員 35名】 Group Fight 11:15~11:45 会田 学	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 鍋嶋 聡子		
11:00	【有料スクール】	【定員 38名】 Group Blast 12:00~12:30 綿貫 真鈴		
11:30	バレエスクール 12:00~13:00 鍋嶋 聡子 ※詳細は別途	【定員 25名】 TOBIPPA 12:50~13:20 綿貫 真鈴		
12:00	【定員 35名】 【映像】 Group Centergy 13:15~13:45	【定員 38名】 フリースタイルSTAGE ~HIPHOP~ 13:35~14:05		
12:30	【定員 35名】 Group Groove 14:05~14:20	【有料短期クラス】		
13:00	【定員 35名】 Group Centergy 14:35~15:05 会田 学	ハウスダンススクール 14:15~15:00 NAKANO ※詳細は別途		【登録制・定員12名】 ホットスタイルピラティス 14:15~15:00 遠藤 孝子 【有料・要予約】
13:30	【キッズスクール】 ミライク 15:30~16:30	テニスコート		【登録制・定員12名】 【中温クラス】 ホットヨーガ・アドバンス 17:00~17:45 かおり 【有料・要予約】
14:00	【キッズスクール】 ミライク 16:30~17:30	【キッズスクール】 ミライクRUN 16:30~17:30		
14:30		【定員 38名】 ZUMBA (45分クラス) 18:00~18:45 しよ		
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
20:00	マシンジム・プール利用時間は19:50まで		施設利用時間 20:00	